



## PROMESAS FRENTE AL ALTAR

### Descripción

## DELANTE DEL ALTAR

***«—Mis ovejas escuchan mi voz, yo las conozco y ellas me siguen. Yo les doy vida eterna. Ellas no perecerán jamás y nadie las arrebatará de mis manos.***

***Mi Padre que me las ha dado, es superior a todos, y nadie las puede arrebatar de las manos de mi Padre. El Padre y yo somos una sola cosa».***

Esta es parte del Evangelio de la Misa de hoy día. Y a mí, me parecía que podía ser una buena forma de empezar.

Pensando en que, si somos realmente ovejas del Señor, si le escuchamos, si nos esforzamos por cumplir en nuestra vida los compromisos que hemos sacado con Él. En mi caso, sacerdote, yo he hecho esa promesa delante del altar, de obedecer al prelado, a mi obispo y de rezar la Liturgia de las horas y de estar pendiente de los demás...

Esas son las manifestaciones de mi vocación, porque eso es lo que me comprometí delante del altar. Y ahora que estoy haciendo mi convivencia de sacerdotes, pensar sobre todo eso, me ha llevado a dar la vuelta a *cómo estoy viviendo mi propia afectividad*.

## VOLVER AL CORAZÓN

Porque uno tiene que recordar eso. De hecho, “*recordar*” viene de la palabra ‘*recordéis cordis*’, significa corazón. Es recordar, es volver al corazón. Esos momentos en los que nos comprometimos, y es algo bonito.

A veces estamos como metidos en una excesiva romantización del presente. De cómo me siento... De que depende más o menos como me siento ahora como van mis relaciones...

Y yo creo que esto a veces nos deja como un amor muy limitado. Porque recordar las promesas del pasado ayuda a que nuestro corazón, por el contrario, crezca, se fortalezca en medio de esta cultura, de lo instantáneo, de lo efímero.

Es vital recordar la importancia de cultivar la memoria amorosa. Acuérdate de esos momentos de amor profundo que sentiste. A veces es una comida especial o ese momento en el que nació tu hija... O cuando se te declararon. Quizás cuando proyectaban una serie de cosas...

Esa memoria amorosa vale la pena, porque nuestra memoria guarda [las promesas del amor](#) y los momentos compartidos en el pasado que han construido nuestra relación.

Es en esos momentos donde encontramos la base sólida sobre la cual se construye ese amor auténtico y duradero; aunque ahora la pasemos no tan bien.

No se trata de vivir solo en el pasado, sino de reconocer que nuestra relación se nutre de una historia compartida, de una promesa continua de amor y de cuidado.

Y al tener presente esa memoria amorosa, somos capaces de enfrentar las dificultades y las pruebas del presente con más fortaleza, con más confianza.

Es importante contrarrestar la romantización excesiva del presente y recordar la importancia de cultivar esta memoria amorosa.

Al recordar las promesas del amor y los momentos del pasado, encontraremos esa [base sólida sobre la cual construir esta relación](#) y enfrentar los desafíos del presente con mayor resiliencia.

La memoria nos ayuda a mantener el compromiso y la perseverancia necesarios para un amor auténtico y verdadero.



---

## LA ALEGRÍA DEL AMOR

Y en este sentido, el Papa Francisco en la **Amoris Laetitia** nos va dando algunos consejos que nos pueden servir para poner como esas *líneas guías del amor conyugal*, y ofrece una serie de reflexiones para mantener viva esa llama.

Por ejemplo, la primera, la alegría del amor en el matrimonio. El Papa destaca que el amor conyugal debe ser una fuente de alegría y felicidad compartida, y el matrimonio no debe ser percibido como una carga, sino como una fuente de gozo y realización mutua.

Por lo tanto, ¿qué cosa podemos sugerir? Pues cultiva la alegría en el matrimonio. Busca momentos de risas, de diversión juntos. No dejes que las dificultades apaguen ese espíritu de alegría compartida. ¿Cuántos matrimonios se vuelven a reconectar con una buena carcajada?... Con tomarse no tan en serio las cosas, con ver si a mí me sienta bien o yo estoy contento, sino que el otro también lo esté.

Otra idea, la importancia de la comunicación. El Papa Francisco en la Amoris Laetitia hace un énfasis en la necesidad de una comunicación auténtica y abierta en el matrimonio.

Destaca la importancia de escuchar al cónyuge con atención y respeto. De expresar los sentimientos y pensamientos de manera clara, pero siempre amorosa.

Y un consejo en este sentido es priorizar la comunicación afectiva en el matrimonio. Dedicar tiempo para hablar y escuchar al cónyuge con sinceridad y respeto. Intentar siempre promover ese diálogo abierto y constructivo.

Aunque estés cansado o cansada, aunque las cosas no parezca que funcionan tan bien, dar ese espacio siempre ayuda a recomenzar, aunque las cosas no hayan salido como tú esperabas al principio.

## RECONCILIACIÓN Y ESPIRITUALIDAD

El tercer consejo que nos da el Papa Francisco es, el perdón y la reconciliación.

[Perdonar y reconciliarse](#) en el matrimonio es fundamental, porque siempre estamos haciendo cosas que tal vez al otro no le queden tan bien.

Un buen matrimonio es la unión de dos buenos perdonadores, y eso nos tiene que llevar a tener esa sensación de que vale la pena *'recomenzar'*, de que vale reconciliarse, de que tengo que ser yo el que tengo que dar el primer paso, (aunque siempre sea yo el que doy el primer paso... No pasa nada).

Reconocer que todos somos imperfectos y que el mutuo perdón es esencial para superar las dificultades, para fortalecer la relación.

Y un último consejo, la espiritualidad en el matrimonio. El Papa Francisco anima a las parejas a cultivar una vida espiritual compartida. Destaca la importancia de la oración en común.

La participación en esa comunidad religiosa, en esa parroquia y el fortalecimiento de la relación con

---

Dios, como una fuente de inspiración y apoyo en general para el matrimonio.

Por eso, como consejo, “nutre tu vida espiritual en pareja”. Reza junto con tu pareja. Dedica tiempo para orar, asistir juntos a la Santa Misa, encontrar formas de crecer juntos en la fe, fortaleciendo así el vínculo espiritual entre el matrimonio.

## PROMESAS FRENTE AL ALTAR

Image not found or type unknown

## UN COMPROMISO, UNA PROMESA...

Ahora empezamos el mes de mayo. Es excelente como para poder tener una excusa perfecta para rezar el rosario o para irse de romería.

Recuerda que estamos a veces atacados por el sentimentalismo, que es darle demasiada importancia a los estados de ánimo, que no tiene que ver con el amor, porque a veces uno puede estar más cansado si el sentimiento desaparece, pues estos consejos, que han salido en ésta meditación podrán ayudar...

Señor, a Ti acudimos para que nos ayudes a vivir mejor estos compromisos que adquirimos delante de Tu altar.

Que tengamos claro que el perdón forma parte del amor, que a veces tendremos que vivir esas comedias de no darnos cuenta de cosas, que sí nos damos cuenta, para dejarlas pasar.

Que nos demos cuenta también que el amor nos hace vulnerables.

Y que Tú mismo, Señor, recibiste en tu costado ese lanzazo que te deja abierto hasta el corazón.

Y es interesante ver que Eva, nace de la costilla de Adán, y que la Iglesia nace del costado abierto de Cristo.

---

## ALEGRÍA MATRIMONIAL

Que cuidemos de esa alegría del amor, porque cuando la búsqueda del placer es obsesiva, nos encierra en una sola cosa y nos incapacita para encontrar otro tipo de satisfacciones.

La alegría, en cambio, amplía la capacidad de amar. Nos permite encontrar gusto en realidades variadas, aún en etapas de la vida, donde el placer se apaga.

Por eso, decía Santo Tomás, que se usa la palabra *alegría* para referirse a la *dilatación de la amplitud del corazón*. ¡Alegría! Alegría matrimonial que puede vivirse aún en medio del dolor.

Eso implica aceptar que el matrimonio es una necesaria combinación de gozos y de esfuerzos; de tensiones y de descanso; de sufrimientos y de liberaciones; de satisfacciones y de búsquedas; de molestias y de placeres.

Siempre en el camino de la amistad, que vuelve a los esposos a cuidarse, porque se prestan mutua ayuda y servicio.

Vamos a pedirle al Señor en ésta meditación, que nos ayude a recordar, a volver a traer al corazón, esa memoria de las promesas que hicimos frente al altar.